



V2: Pikante udonnoedels met bio-rundergehaakt

met nasigroenten in citroengras-chilisaus

Vandaag hebben we er eentje voor de smaakpapillen. Soepele udonnoedels in een pikante citroengras-chilisaus geserveerd met hartig gekruid, biologisch gehakt. En een gezonde dosis nasigroenten mag hier uiteraard niet bij ontbreken. De ingemaakte komkommer en crunchy pinda's maken dit smakenfestijn af. Eet smakelijk!



ca. 25min



2 personen

Wat je van ons krijgt

- 300g udonnoedels ¹
- 250g verse nasigroenten
- 1 komkommer
- 250g biologisch rundergehakt
- 1 zakje Indonesische kruidenmix
- 100ml citroengras-chilisaus
- 25g gezouten pinda's ⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), pinda's (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 920kcal, vet 38.5g, koolhydraten 100.0g, eiwit 42.8g



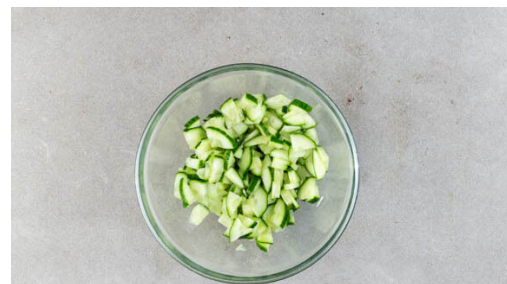
1. Groenten garen

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor **¾ van de noedels**. Breng op middelhoog vuur 4el water aan de kook in een grote koekenpan of wok en voeg dan de **nasigroenten** toe met 1tl azijn en een flinke snuf peper en zout. Laat 4-5min garen, tot het water is verdampt. Schep de **groenten** op een bord en zet opzij - de pan gebruiken we zo weer.



4. Gehakt bakken

Verhit de gebruikte koekenpan met 1el plantaardige olie op hoog vuur en bak het **gehakt** met de **kruidenmix** en een snuf zout in 5-6min rul en gaar.



2. Komkommer innaken

Snijd de **komkommer** in de lengte in vieren en dan in dunne plakjes. Meng ze met 1tl azijn en een snuf zout.



5. Saus maken

Meng de **citroengras-chilisaus** met 1tl plantaardige olie, 1tl azijn en 1el water.



3. Noedels koken

Voeg **¾ van de noedels** (of meer bij grote trek) toe aan het kokende water en kook ze in ca. 4min beetgaar. Spoel ze in een vergiet af met koud water en laat uitlekken.



6. Pinda's hakken

Hak de **pinda's** fijn. Meng de **noedels** en de **groenten** met het **gehakt** en de **helft van de saus** in de pan. Verwarm het geheel ca. 2min op middelhoog vuur. Verdeel de **noedels** over borden en top met de **komkommer**. Besprenkel met de **rest van de saus** en bestrooi met de **pinda's**.